

献立表

現 場：大阪城ケアホーム
 献立種類：常食（個別献立 / A / B）
 期 間：2024/1/1～2024/1/7



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7	
朝食	米飯 <祝い肴> 白身魚の照り焼き 黒豆 寿蒲鉾 雑煮（西京味噌） 牛乳	米飯 <祝い肴> 子持ち菜の花 おたふく豆 蒲鉾（さざんか） 清汁 牛乳	米飯 <祝い肴> 斗六豆 伊達巻 ホトシガラ 味噌汁 牛乳	レズンドウ りんご缶 牛乳	黒糖ロールパン オレンジ 牛乳	ショコラロール 白桃缶 牛乳	*七草* 七草粥 茄子の炒め煮 パイン 牛乳	
昼食	**松花堂弁当** 赤飯 豚ロースソテー和風ソース お煮しめ 紅白なます 赤だし	わかめご飯 天ぷら盛り合わせ くりきんとん 小松菜の和え物 味噌汁	ちらし寿司 炊き合わせ オレンジゼリー 味噌汁	 米飯 ビーフメンチカツ 切干大根の煮付け 青梗菜のサラダ 中華スープ ぶりかけ	米飯 タラの粕漬け焼き ほうれん草の昆布あえ エリンギの炒め物 味噌汁 ぶりかけ	米飯 揚げおにぎり 野菜たっぷり味噌ラーメン 春巻き 菜の花のゆずカツオあえ	 米飯 焼き肉風 大根とコンニャクの煮物 プロキョーとハムのサラダ 味噌汁 ぶりかけ	
夕食	米飯 炊き合わせ 擬製豆腐 キャベツのしその実和え ゆず大根	米飯 鶏肉の鍋照り 冬瓜の銀あんかけ ごぼうの焙煎ゴマサラダ 桜漬け	米飯 ミートローフ 茄子のオランダ煮 シロナの胡麻和え たくあん	米飯 鱈の梅照り焼き 小松菜とハムのサラダ 味噌汁 しその実漬	米飯 肉団子の汁 オクラと卵の炒め物 胡瓜とわかめの和え物 しば漬け	米飯 チキンピカタ 里芋とハムのサラダ コンソメスープ つぼ漬け	米飯 ブリのソテーレモン添え しらす和え グリンピースの卵とじ ピーマン漬	
3時	干支饅頭（辰） お茶	煉りきり（寿） お茶	柚子羊羹 お茶	ふわふわワッフル（抹茶） コーヒー	チョコチップ蒸しパン 紅茶	たい焼き お茶	紅茶ゼリー コーヒー	
	エネルギー 1636kcal 蛋白質 64.3g 脂質 34.4g 炭水化物 256.8g 食塩 6.7g 食物繊維 14.2g	エネルギー 1602kcal 蛋白質 53.5g 脂質 34g 炭水化物 258.3g 食塩 7g 食物繊維 12.1g	エネルギー 1617kcal 蛋白質 50.8g 脂質 33.5g 炭水化物 269.2g 食塩 7g 食物繊維 10.9g	エネルギー 1662kcal 蛋白質 57.2g 脂質 46.5g 炭水化物 244.1g 食塩 7.7g 食物繊維 9.4g	エネルギー 1512kcal 蛋白質 54g 脂質 33.4g 炭水化物 247.5g 食塩 8.6g 食物繊維 15.8g	エネルギー 1589kcal 蛋白質 55.9g 脂質 49.5g 炭水化物 224.2g 食塩 7.6g 食物繊維 12.3g	エネルギー 1640kcal 蛋白質 56.3g 脂質 54.8g 炭水化物 221.9g 食塩 6.7g 食物繊維 15.4g	